PISTO




- Tiempo aproximado : 45min- 1h

INGREDIENTES



- 2 kg de Cebolla
- 1,700 kg calabacín
- 1,5 ud pimiento verde
- 1,5 ud pimiento rojo
- Perejil picado y pimienta negra
- 2 dientes de ajo machacados
- Pastilla de caldo (opcional)
- 200 ml aceite oliva

PARA LA SALSA DE TOMATE

- 2 kg de tomate triturado para freír
- 4 cucharas soperas de Azúcar
- Aceite y sal

- *En lugar del la salsa de tomate frito podemos poner un buen tomate frito de brik apoximadamente 1,100 kg de tomate frito*

ELABORACIÓN

SALSA DE TOMATE

- Se puede hacer mientras de hace el pisto.
- En una sartén o en una cazuela mediana cubrimos en fondo de aceite, añadimos el tomate, el azúcar y la sal, lo dejamos a fuego lento unos 40 min

PISTO

- Troceamos el calabacín y la cebolla y picamos el ajo
- En una cazuela ancha calentamos el aceite.
- Añadimos la cebolla picada a fuego medio-alto, tapado.Mientras partimos los pimientos y los añadimos.
- Cuando este la cebolla y el pimiento pochado añadimos el ajo picado, un poco de sal, una pastilla de caldo (opcional) pimienta y perejil.
- Añadimos el calabacín troceado y se va dando vueltas con frecuencia. Todo tapado, bajamos un poco el fuego, y cuando el calabacín este blando lo destapamos un poco para que se evapore el agua, a continuación añadimos la salsa de tomate.
- Lo freímos todo durante 10-15 minutos a fuego medio-lento, removiéndolo para que no se agarre y destapamos la olla para que suelte el vapor